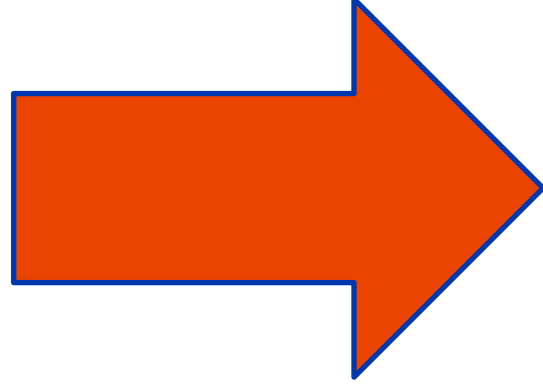

**Come si
possono
aiutare i
ragazzi
con
ADHD ?**



LA COMPROMISSIONE FUNZIONALE DEL
BAMBINO CON ADHD



Richiede un intervento
multimodale



INTERVENTO MULTIMODALE

- L'ADHD può essere trattato con successo attraverso un intervento multimodale:



- **Intervento sul bambino**
- **Parent-training:** informare e applicare tecniche cognitivo-comportamentali.
- **Teacher-training:** informare e applicare tecniche cognitivo-comportamentali.
- **Farmacoterapia** (nei casi più gravi)



INTERVENTO MULTIMODALE: FASI

- 1) FORNIRE INFORMAZIONI PER LA COMPrensIONE DEL PROBLEMA
- 2) RIFLETTERE PER ACCRESCERE LA CONSAPEVOLEZZA
- 3) OSSERVAZIONE E ANALISI FUNZIONALE
- 4) AMBIENTE PREDIBILE
- 5) PIANO D'AZIONE
- 6) RINFORZI
- 7) TRAINING DI AUTOISTRUZIONE



1. FORNIRE INFORMAZIONI SUL DISTURBO

- per costruire un bagaglio condiviso di conoscenze che permetta a genitori e docenti di «leggere» in termini corretti le manifestazioni comportamentali inadeguate e quindi consentire loro di comprendere appieno il problema.

Come: mediante approfondite spiegazioni sul deficit e sulla terapia.

- Erica Menotti (2009), Il counseling genitoriale e scolastico , in Mariani, Marotta, Pieretti (a cura di),
- “Presa in carico e intervento nei disturbi dello sviluppo”, Trento: Erickson.



1. FORNIRE INFORMAZIONI SUL DISTURBO

- analizzare le aspettative è un punto nodale per una buona riuscita del training;

Come: ristrutturazione realistica

- raccontare il bambino

Come: creare un'immagine unitaria ed una risposta univoca ai comportamenti problematici

Utile partire da un questionario che fotografa l'immagine che ciascun genitore/docente ha del bambino, ad es. CBCL



2. ACCRESCERE LA CONSAPEVOLEZZA

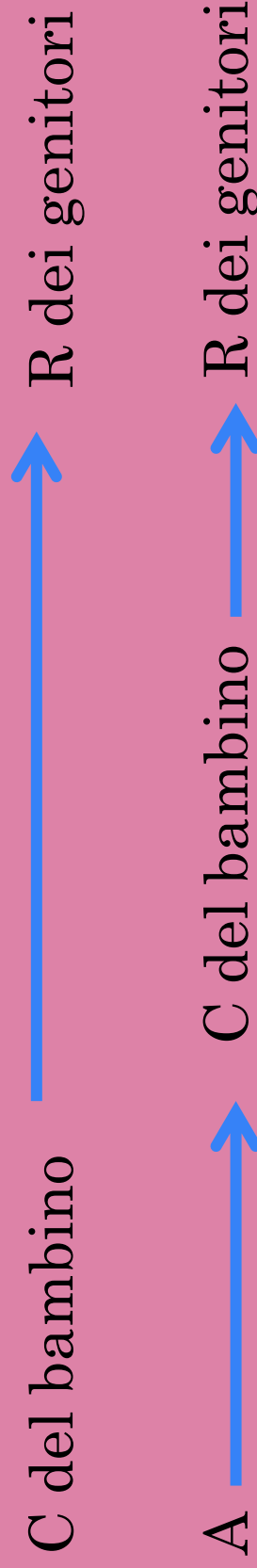
- Modificare i pensieri inefficaci se questi sono
- 📖 fissi (il figlio e loro stessi non cambieranno mai)
- 📖 non realistici (sulla guarigione, sullo sviluppo)
- 📖 Sul figlio: è cocciuto, non ascolta mai quello che gli si dice, è svogliato
- 📖 Su se stessi: siamo sfortunati, eravamo anche noi così
- 📖 **Come: partire dalla riflessione sui pensieri e le azioni adottate e inefficaci**



3. OSSERVAZIONE E ANALISI FUNZIONALE DEL COMPORTAMENTO

partire dall'analisi della situazione:

- 1 - il bambino è generalmente visto solo secondo il suo disturbo;
- 2 - il comportamento del bambino viene visto generalmente come isolato:



ANTECEDENTI, COMPORTAMENTO, CONSEGUENZE

TIPO DI COMPORTAMENTO PROBLEMA	ANTECEDENTI	COMPORTAMENTO	CONSEGUENZE
	Quali erano gli eventi precedenti che hanno innescato il comportamento? Descrivete le azioni di genitori e figli.	Descrivete precisamente quale cosa ha fatto il figlio che sia un problema per lui o per i genitori.	Descrivete cosa è successo dopo il comportamento e come genitori e il bambino hanno reatito.
Si alza dalla sedia, mentre fa i compiti			

**Come: Con scelte educative che favoriscono
l'autoregolazione: rendere il bambino capace di prevedere
ciò che accadrà in base alle regole e routine familiari**

3. OSSERVAZIONE E ANALISI FUNZIONALE DEL COMPORTAMENTO

PUNTI DI FORZA	PUNTI DI DEBOLEZZA
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6

- Come: Utilizzando schede in cui ci si focalizza su alcuni comportamenti

OSSERVAZIONE IN CLASSE/CASA

- Il comportamento è sempre il frutto di una relazione tra soggetto e contesto: anche nel caso del bambino con DDAI accade questo.
- **Scopo dell'osservazione è cercare di capire la relazione tra un comportamento problematico e le conseguenze che lo mantengono o gli antecedenti che lo scatenano.**



FASI DELL'OSSERVAZIONE

- **1. Osservazione non strutturata:** inventario dei comportamenti negativi
- **2. Selezione del comportamento oggetto dell'intervento**
- **3. Osservazione strutturata** per l'analisi dei comportamenti-problema. Analisi degli antecedenti e delle conseguenze del comportamento problematico.
- **4. Riflessione sui dati raccolti.**
- **5. Intervento**
- **6. Verifica dei risultati**

FUNZIONI DEI COMPORTAMENTI PROBLEMA

○ A) COMUNICATIVA

1. Ottenere l'attenzione (+)
2. Fuga/evitamento di situazioni spiacevoli (-)
3. Ottenere gratificazioni concrete: oggetti, attività(+)

○ B) AUTOREGOLATORIA

1. Sensoriale=mantenuta dalla stimolazione stessa (+)
2. Omeostatica=per equilibrare il proprio livello di attivazione a seconda della stimolazione ambientale (+/-)
3. Organica=dipendenza da sostanze endogene prodotte dalle lesioni(+)

SCUOLA TEACHER TRAINING



ALUNNI CON ADHD E SCUOLA

- Quando i bambini con ADHD cominciano a frequentare la scuola sono quelli che gli insegnanti non vorrebbero mai avere in classe: si alzano continuamente dal loro posto, danno fastidio ai compagni, non riescono a svolgere i compiti assegnati e finiscono spesso per cambiare banco, classe o scuola.
- Anche il profitto scolastico, proprio per l'incapacità di concentrazione, è spesso scarso e, a causa della significativa impulsività, il loro rapporto con i coetanei e con gli adulti è spesso difficile.



PATTO FRA MARCO, MAMMA E PAPA'

- **Io mi impegno a**
- Sedermi per fare i compiti, appena finito Dragonball, senza che nessuno me lo ricordi.
- Lavarmi i denti prima di andare a letto senza che nessuno me lo ricordi.
- Spegnere la TV prima di sedermi per la cena senza che nessuno me lo ricordi.

PREMIO

Quando totalizzo 15 punti, andrò a fare un giro in bicicletta con papà.

○ Firma di Marco _____

Firma di Mamma _____

Firma di Papà _____



LA GRATIFICAZIONE

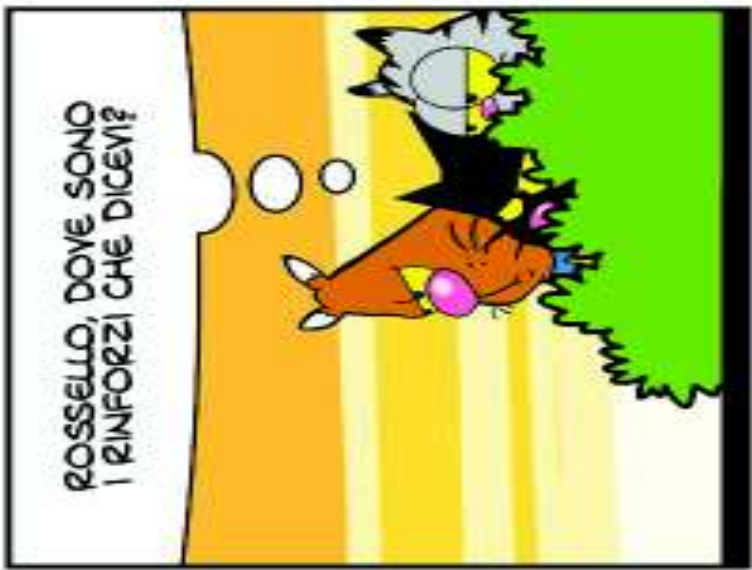
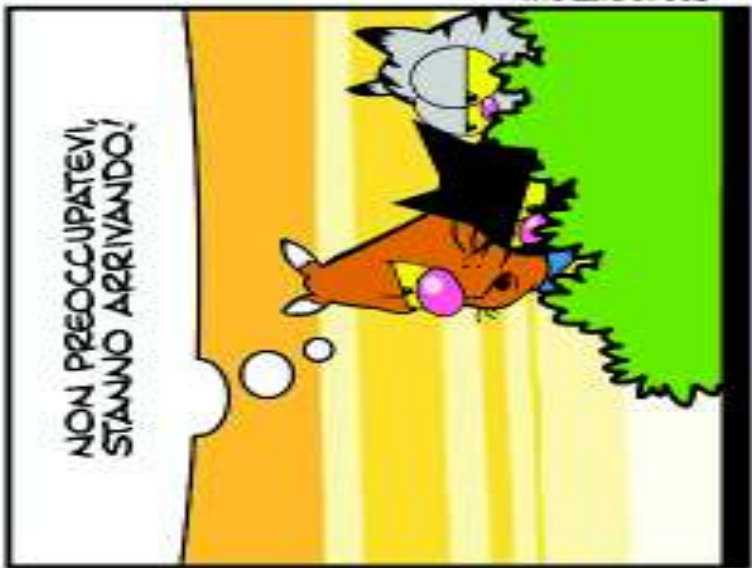
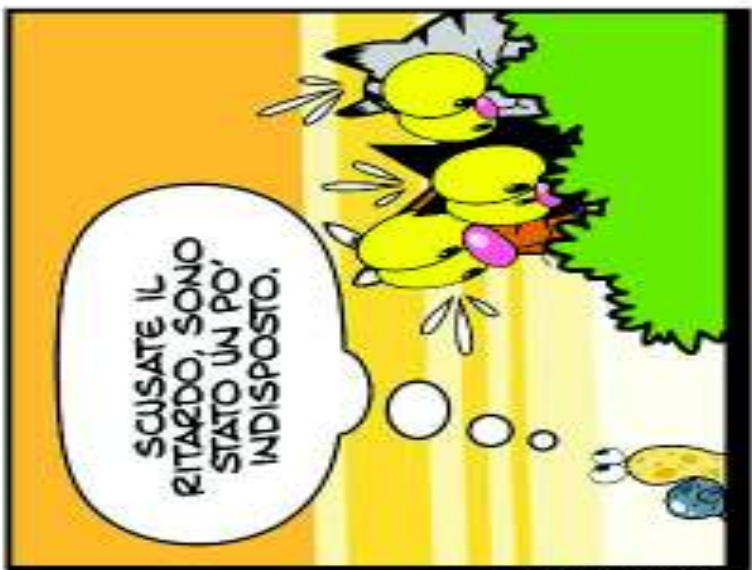
- Evitare false gratificazioni.
- Gratificare i risultati parziali.
- E' possibile gratificare azioni corrette e presenti nel patrimonio comportamentale del bambino ma messe in atto poco frequentemente.
- E' possibile utilizzare la gratificazione per insegnare ai bambini comportamenti positivi e nuovi.
- Evitare la gratificazione dei comportamenti negativi.



LA GRATIFICAZIONE

- Gratificare il bambino subito dopo aver mostrato il comportamento corretto e ogni qualvolta questo accada.
- È possibile usare una medesima strategia educativa con i compagni del bambino DDAL, gratificando i comportamenti positivi che essi rivolgono al bambino.





I RINFORZI

- Non lodare mai il bambino per un comportamento sempre presente o mai oggetto di interesse (rischio del falso elogio)
- Rinforzo materiale (gioco, cibi preferiti), ma anche non materiale (tempo con il genitore)

COMPORAMENTO POSITIVO

Mi siedo per fare i compiti appena finisce il cartone animato, senza che nessuno me lo ricordi.

Mi lavo i denti prima di andare a letto, senza che nessuno me lo ricordi.

Spengo la TV prima di sedermi per la cena, senza che nessuno me lo ricordi.



PREMI

- Concordati con il bambino
- Piccoli premi
- Dati a breve distanza

	PREMI
1	
2	
3	
4	
5	
6	



CONTRATTI COMPORTAMENTALI

- **Il costo della risposta:** ad un comportamento inadeguato segue per il bambino la perdita di un privilegio o di un'attività gradevole.
- **La punizione:** quando ritenuta necessaria deve essere priva di aggressività, psicologicamente neutra, immediata, proporzionale alla gravità dell'azione compiuta dal bambino, facilmente applicabile e inevitabile per il bambino.



I COSTI E I RISCHI DELLA PUNIZIONE



- Insegnare modelli di comportamento aggressivo
- Danneggiare la relazione di aiuto
- Produrre comportamenti di evitamento o addirittura di rinforzamento del comportamento problema
- Produrre ansia, disagio e disturbi emozionali



LE PUNIZIONI

I comportamenti negativi si possono distinguere in:

LIEVEMENTE NEGATIVI: comportamenti solo disturbanti

○ **GRAVEMENTE NEGATIVI:** azioni che possono causare un danno fisico o morale a persone e cose.

○ Ignorare i comportamenti lievemente negativi.

Spesso assunti per ottenere una cosa specifica o con il semplice scopo di attirare l'attenzione, anche se può voler dire subire una sgridata o una punizione. Ignorarli **SEMPRE** del tutto, facendo finta di non sentire, né di vedere, inizialmente potrebbe indurre un aumento della frequenza, per poi scomparire.

LE PUNIZIONI

- Ad esempio, il bambino che viene punito perché ha rotto intenzionalmente un oggetto deve essere, in altra occasione, lodato sinceramente e rinforzato quando mostra di avere cura di altre cose di casa, ad esempio riordina in modo corretto un libro o un elettrodomestico;
- in tal modo, si rende più probabile la ricomparsa di un modo di agire positivo quale quello di aver cura delle cose.



IL COSTO DELLA RISPOSTA

E' una punizione di tipo (b):
al comportamento negativo segue per il bambino la perdita di un privilegio o di un premio promesso o di un'attività piacevole

Si tratta di un vero e proprio «pagare pegno».

E' utile con comportamenti non gravi, come prendere una nota a scuola, rifiutarsi di fare una cosa richiesta, dire bugie, trascurare compiti a lui affidati all'interno della famiglia, non fare i compiti.



IL COSTO DELLA RISPOSTA

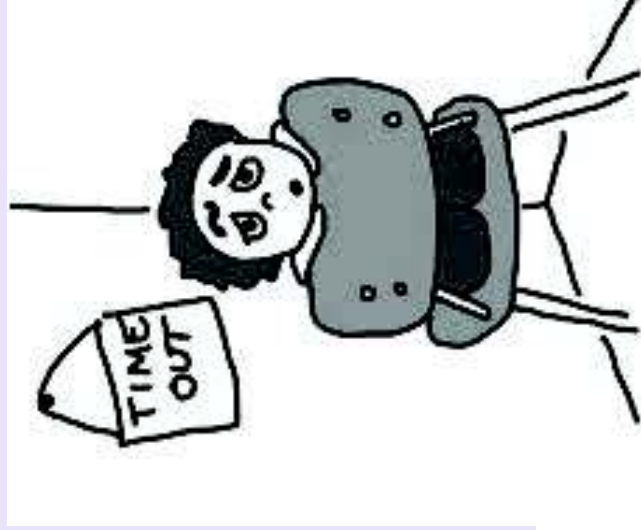
Il costo della risposta deve essere:

- Proporzionale all'azione inadeguata.
 - Corredato da informazioni chiare circa il comportamento del bambino.
 - Controllabile nella sua applicazione.
 - Comunicato in anticipo al bambino o concordato con lui.
 - Inevitabile e non flessibile nella sua applicazione.
 - Il guadagno superiore alla perdita...
- il bambino non deve andare via in rosso!!**



IL TIME OUT

- E' procedura adatta nei casi in cui il bambino ostinatamente continui in un'azione negativa o rifiuti di fare una cosa richiesta.
- Prevede di far sedere il bambino su di una sedia, zitto e tranquillo, per alcuni minuti (da 2 a 5), senza che si impegni in nessuna attività e senza lasciare la sedia.



ESEMPIO

- Comportamento target: portare tutti i materiali per la lezione.
 - Stabilire le regole in base alle quali si guadagnano o perdono i punti, ad es.:
attaccare tutti gli adesivi per la lezione del giorno dopo sul diario (1punto).
portare tutti i materiali per le lezioni (2punti).
portare tutti i materiali ma dimenticare qualcosa di poco importante (1punto).
dimenticare materiale importante (- 2punti).
- P.S. specificare cosa è importante e cosa lo è poco.
Questo tipo di attività si può fare anche con tutta la classe.


STRATEGIE SCOLASTICHE

I seguenti consigli possono a molti sembrare banali e dettati dal solo buon senso: molti di essi fanno parte di interventi psicoeducativi strutturati e manualizzati, basati sulle funzioni neuropsicologiche che in questi bambini sono alterate.

Come regola generale va ricordato che l'atteggiamento degli insegnanti verso il bambino disattento/iperattivo ha un forte impatto sulla modificazione del suo comportamento. L'intensità e la persistenza dei comportamenti risentono notevolmente delle variabili ambientali e di come il bambino si sente accettato e aiutato di fronte alle difficoltà.



A) LA PREDISPOSIZIONE DI UN CONTESTO FACILITANTE E PREVEDIBILE

- I ragazzi con DDAI spesso hanno una scarsa capacità di prevedere le conseguenze.
- 
- Gli insegnanti possono intervenire aiutando lo studente a prevedere le conseguenze di determinati eventi prima di agire: così si incrementano i comportamenti adeguati alle situazioni e l'alunno potrà scegliere con più obiettività quali conseguenze affrontare.

A) LA PREDISPOSIZIONE DI UN CONTESTO FACILITANTE E PREVEDIBILE

Quanto più è strutturato e organizzato il contesto in cui lavora l'alunno, tanto più prevedibile diventa l'ambiente e quindi più regolato sarà il comportamento dello studente

- Stabilire regolarità nell'utilizzo delle cose e nei rapporti con le persone.*
- Inserire modalità strutturate anche nei momenti di svago e di passaggio.*
- Offrire informazioni di ritorno al ragazzo sul suo comportamento con segnali visivi e uditivi.*
- Aiutare il bambino a riflettere sul suo comportamento.*

B) ORGANIZZARE L'AULA

La maggior parte degli insegnanti conosce la migliore disposizione della propria classe nell'aula, ma può essere utile ricordare che:

- E' opportuno controllare le fonti di distrazione all'interno della classe (cestino, cartelloni, orologio, compagni vicini).
- Non è indicato far sedere il ragazzo vicino alla finestra, al cestino, ad altri compagni rumorosi o ad altri oggetti molto interessanti.



B) ORGANIZZARE L'AULA

La disposizione del banco:

- Dalla cattedra si vede il bambino?
- E' facilmente raggiungibile?
- E' favorito lo scambio di sguardo insegnante-bambino?
- Ha compagni vicino a lui? Se sì, sono compagni tranquilli o vivaci?
- Se il bambino si alza, quanti bambini possono essere disturbati o coinvolti?
- Quanti bambini guardano direttamente fuori dalle finestre?
- Ogni studente quanti compagni osserva dal suo posto?



C) I TEMPI DI LAVORO

- I ragazzi con DDAI sono realmente poco abili nel fare stime di grandezza, tempi, quantità, difficoltà
- Aiutarli a lavorare con tempi stabiliti significa aiutarli a valutare meglio e quindi ad essere efficaci nel pianificare e organizzare il lavoro.
- All'inizio è preferibile che sia l'insegnante a fornire indicazioni sul tempo di svolgimento dei compiti assegnati.
- In seguito, quando i ragazzi saranno abituati a includere la variabile tempo nella pianificazione del proprio agire, chiedere loro, sotto forma di gioco,

«*Quanto tempo serve per ...*»

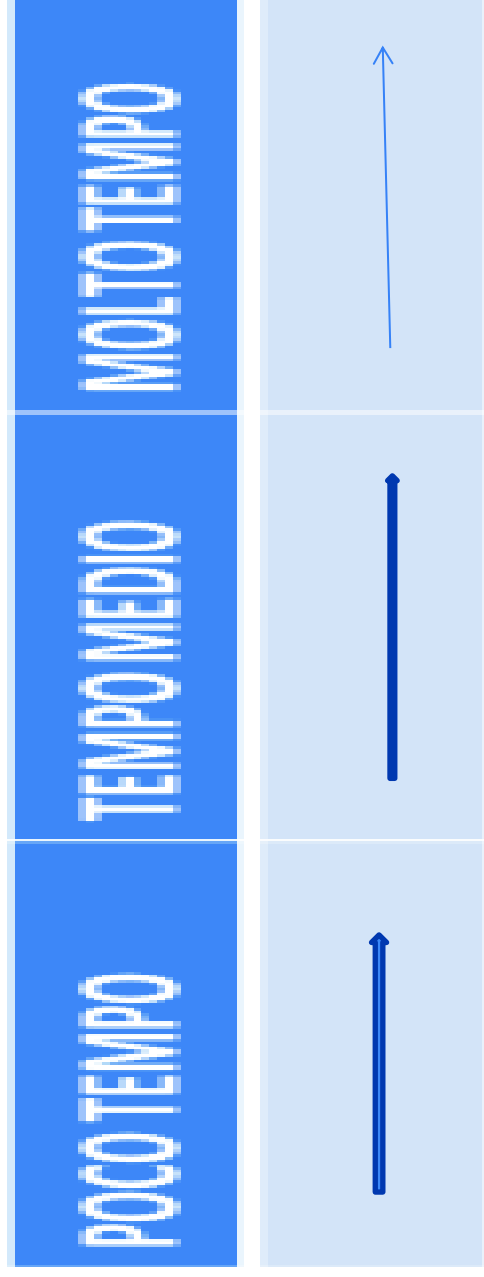
C) LA PERCEZIONE DEL TEMPO

- Quando uno studente non riesce a stare attento in genere cosa succede?
- Si tende a parlare più lentamente e ad usare più parole del necessario.
- E' utile invece utilizzare poche parole e organizzare attività brevi e veloci.



C) STRUTTURAZIONE DEL COMPITO

FACILE	ALLA MIA PORTATA	DIFFICILE
FACCINA ALLEGRA	FACCINA NORMALE	FACCINA TRISTE
FACCINA ALLEGRA	FACCINA NORMALE	FACCINA TRISTE



C) UN GRANDE OROLOGIO ...

- Un grande orologio appeso alla parete è molto utile per segnare i tempi di lavoro e facilitare il rispetto delle consegne dell'insegnante, ma può diventare una fonte di distrazione.
- E' possibile porre l'orologio in modo che sia visibile all'insegnante e accessibile anche ai bambini, ma non all'interno della loro visuale abituale (ad esempio, nella parete di fondo della classe).



D) LE REGOLE

Porre delle regole chiare all'interno della classe è necessario per regolare le interazioni fra pari e con gli adulti. Le regole devono:

essere condivise (consenso unanime):

- ✓ essere proposizioni positive e non divieti;
- ✓ essere espresse con frasi brevi, semplici e chiare;
- ✓ riguardare comportamenti ben precisi e ben determinati;
- ✓ essere poche (max 10);
- ✓ sarebbe meglio se fossero supportate da materiale simbolico;
- ✓ essere sempre ben visibili a tutti.



D) LE REGOLE: NEGOZIAZIONE POSITIVA

E' IMPORTANTE

- Rivedere, discutere e correggere le regole della classe, quando se ne ravvede la necessità.
- Spiegare chiaramente agli alunni disattenti/iperattivi quali sono i comportamenti adeguati e quali quelli inappropriati, facendo capire quali sono le conseguenze dei comportamenti positivi e quelle che derivano da comportamenti negativi.
- È importante stabilire giornalmente o settimanalmente semplici obiettivi da raggiungere.
- È più utile rinforzare e premiare i comportamenti positivi, piuttosto che punire quelli negativi.
- Non punire il ragazzo togliendo l'intervallo, perché anche il ragazzo iperattivo ha bisogno di scaricare la tensione e di socializzare con i compagni.

D) LE ROUTINE

- Tanto più le attività da svolgere sono stabilite, tanto più sono prevedibili per i bambini e quindi più facilmente sopportabili.
- Se, quando si inizia un'attività è già possibile prevederne la durata, è più facile per l'alunno prevedere la fine.
- Stabilire una scaletta di attività prima di iniziare a lavorare, rende il lavoro prevedibile e quindi più facilmente affrontabile.
- Probabilmente esistono già delle routine all'interno della classe, renderle esplicite può essere di grande aiuto.

D) ROUTINE

- Far entrare in classe tutti gli alunni a un'ora fissa.
- Iniziare le attività con la routine di controllo del materiale didattico utile per le giornate.
- Presentare le attività del giorno indicando per ciascuna i tempi di lavoro previsti.
- Concordare delle pause da effettuare tutti i giorni alla stessa ora.
- Organizzare attività strutturate e concordate con gli alunni, da svolgere durante i momenti di pausa.
- Comunicare i compiti per casa riservando un margine di tempo per controllare che tutti abbiano preso nota del lavoro ed evitare comunicazioni frettolose negli ultimi minuti.

D) IL RINFORZO

- Le regole servono per guidare il comportamento del bambino.
- E' importante, pertanto, fornire al bambino un feedback sul suo comportamento.
- Rimproverare non serve, se il bambino non ne comprende il significato.
- Dare un elogio, dopo un comportamento corretto, è più importante che rimproverare o punire un comportamento sbagliato.



E) ORGANIZZAZIONE DEL MATERIALE: PASSAGGI NECESSARI ALL'IMPOSTAZIONE DELLA PROCEDURA

Comportamento problema: il bambino dimentica ogni giorno qualcosa e disturba i compagni per farsela prestare.

- Preparare un cartellone con piccole illustrazioni riferite al materiale necessario per ogni materia nei diversi giorni della settimana scolastica.
- Prevedere delle copie ritagliabili in miniature dello stesso cartellone da dare a tutti i bambini.
- Ad un'ora prestabilita della mattinata far leggere il cartellone per il giorno dopo: far elencare il materiale necessario per il lavoro in ogni materia.



F) ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO SCOLASTICO


- **Attenzione, modulazione dell'impulso e procedure di controllo sono le caratteristiche principali del DDAI.**

La scarsa accuratezza nell'esecuzione di un compito è dovuta a fattori quali:

- Difficoltà a mantenere l'attenzione per un tempo prolungato
- Difficoltà a porre adeguata attenzione alle consegne date oralmente o per iscritto
- Tendenza ad affrontare il compito in modo impulsivo, senza pianificare procedure di controllo efficaci durante e a conclusione del compito



F) ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO SCOLASTICO: DIFFICOLTA' A MANTENERE L'ATTENZIONE NEL TEMPO

- Con un breve periodo di osservazione è possibile farsi un'idea abbastanza precisa su quale sia il tempo di tenuta attentiva.
 - E' possibile valutare il tempo necessario per lo svolgimento del compito e confrontarlo con la stima attentiva.
 - Ogni qualvolta sia possibile è opportuno spezzettare i compiti lunghi con una breve pausa variando attività al suo interno proponendo cioè procedure diverse.
 - Con l'esercizio sarà possibile allenare il bambino a mantenersi concentrato per periodi sempre più ampi.
- 

F) ORGANIZZAZIONE DEL LAVORO SCOLASTICO: DIFFICOLTA' A PORRE LA NECESSARIA ATTENZIONE ALLE CONSEGNE

- ❑ Lavoro sui tempi di attenzione: cercare di allungare i tempi lavorando con materiale che “piace” al bambino e che sia poco frustrante.
- ❑ Si cerca di aiutare il bambino a focalizzare l'attenzione e a controllare i distrattori (sia interni che esterni); ovvero inibire con un aiuto esterno quello che non riesce a fare da solo.



G1. APPROCCIO AL COMPITO E STRUTTURA DELLA LEZIONE

- Interagire frequentemente, verbalmente e fisicamente, con gli studenti, facendo in modo che gli allievi debbano rispondere frequentemente durante la lezione (fare domande).
- Utilizzare il nome degli studenti distratti per la spiegazione e durante la spiegazione.
- In generale, il contatto oculare è la tecnica più efficace per controllare l'attenzione dell'alunno.
- Muoversi durante la spiegazione, girare tra i banchi, sedersi al posto degli alunni quando sono alla lavagna per svolgere un esercizio.



G3. APPROCCIO AL COMPITO E STRUTTURA DELLA LEZIONE

- Rendere le lezioni stimolanti e ricche di novità: i bambini con ADHD hanno peggiori prestazioni quando i compiti sono noiosi e ripetitivi.
- Costruire situazioni di gioco per favorire la comprensione delle spiegazioni.
- Accorciare i tempi di lavoro. Fare brevi e frequenti pause, soprattutto durante i compiti ripetitivi e noiosi.
- Alternare compiti attivi a quelli puramente di ascolto.



H) IL COINVOLGIMENTO DELLA CLASSE

- Tutoraggio (tutoring): assegnazione a una coppia di bambini dei due ruoli di tutee (l'allievo che riceve l'insegnamento) e di tutor (il bambino che prende il ruolo attivo di insegnante).
- Apprendimento cooperativo: prevede di unire gli alunni in piccoli gruppi, per massimizzare il loro apprendimento e le loro abilità sociali.
- Il bambino con DDAI fa lezione in classe.



BIBLIOGRAFIA E SITOGRAFIA

- R. D'Errico e E. Aiello, Vorrei scappare in un deserto e gridare, ed. De Nicola, 2002
- • Università degli Studi di Cagliari, A. Zuddas, B. Ancilletta, P. Cavolina, Che cos'è l'ADHD?, 2000
- • C. Neuhaus, Das hyperaktive Kind und seine Probleme, Urania Ravensburger, 1999
- • Disegni di Simone De Florian
- • A.I.F.A. Associazione Italiana famiglie ADHD – www.aifa.it

